



13 jours

Tibet, sur le Toit du Monde

Terre spirituelle, le Tibet nous conduit non seulement à la découverte de sa culture bouddhiste et de son peuple enraciné dans la tradition mais nous dévoile aussi l'incroyable beauté de ses hauts plateaux, de ses imposantes montagnes aux sommets enneigés et de ses lacs sacrés.

Ce circuit de 13 jours au Tibet vous conduit au pied du toit du monde, le mont Everest. Mais avant ça, nous nous immergerons dans la culture bouddhiste tibétaine avec la visite de ses plus beaux temples, palais et monastères. Nous emprunterons les plus belles routes à travers les montagnes pour atteindre ses petits villages reculés et le monastère le plus haut du monde, le monastère de Rongphu. Notre périple tibétain prendra fin à Lhasa où nous découvrirons le célèbre palais du Potala.

Paysages

Spiritualité

Les incontournables

Difficulté: ●●●○○ 3/5

Confort: ●●●●○ 4/5

Tarif par personne pour ce voyage privatisé pour moi et mes amis / ma famille

Participant(s)	2	4	6
Prix par personne	2,390 €	1,690 €	1,680 €

+ vol direct pour Chengdu sur Air China, plus l'aller-retour pour Lhassa : 900€ par personne* * Prix à partir de, sous réserve de disponibilité

Inclus

- ✓ Ce tarif "Circuit Tibet" comprend :
- ✓ Les hôtels de charme et standard mentionnés avec petit-déjeuner tous les jours
- ✓ Petit-déjeuner seulement si 1 à 5 personnes, et pension complète si plus de 6 personnes
- ✓ Guide francophone tibétain de qualité pendant tout le voyage
- ✓ Tous les transports en minibus privé
- ✓ Le permis d'entrée pour le Tibet
- ✓ Les tickets d'entrées pour toutes les visites, activités
- ✓ Les repas selon la base ci-dessus
- ✓ Paiement par carte bancaire en France, pour profiter de vos assurances de voyages offertes
- ✓ Garanties de notre agence de voyage française (assurance pro, garantie des fonds déposés)

Non inclus

- ✗ Ce tarif "Circuit Tibet" ne comprend pas :
- ✗ Vols Paris-Lhassa A/R avec Air China (900€ par personne)
- ✗ Les frais de visa chinois (160€ par personne)
- ✗ Les pourboires aux guides et chauffeurs (40€ par personne pour l'ensemble du séjour)

- ✘ Les assurances de voyage, activités complémentaires, dépenses personnelles
- ✘ Supplément chambre individuelle de 330€

Itinéraire



Jour 1: (Lundi, Jeudi, Samedi) : Départ de Paris

Jour 2: Bienvenue au Tibet

Jour 3: Visite de Tsetang

Jour 4: La vieille cité de Gyantsé

Jour 5: Le Monastère de Pelkor

Jour 6: A la découverte de Shigatse

Jour 7: Rongphu, le plus haut monastère du monde

Jour 8: L'école bouddhique de Sakya

Jour 9: En route pour la capitale du Tibet

Jour 10: Le Monastère de Potala

Jour 11: Excursion autour de Lhasa

Jour 12: Vol retour sur Chengdu

Jour 13: Arrivée à Paris

Jour 1 : (Lundi, Jeudi, Samedi) : Départ de Paris



Réservation du vol Air China (vol direct) au départ de Paris CDG à 13h00, direction la Chine et Chengdu.

Emplacements



0km - ⌚ 0h



Chengdu

Jour 2 : Bienvenue au Tibet

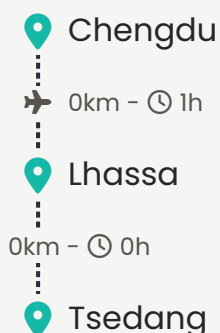


Arrivée à Chengdu, nous faisons une petite escale rapide avant de nous envoler pour Lhassa, capitale du royaume tibétain.


Arrivée à Lhassa, nous sommes accueillis par notre guide francophone qui nous accompagnera tout au long de notre séjour au Tibet. Nous prenons ensuite la route pour Tsétang, une petite ville d'altitude située à environ 160 km de Lhassa. Nous déposons nos affaires à l'hôtel.

Notre première journée se poursuit avec la visite du fort Yongbulakhang. Premier palais construit au Tibet, le monastère est perché sur les hauteurs offrant un superbe panorama sur les environs. Pas très grand, cet ancien palais est recouvert de splendides fresques murales aux couleurs vives.

Emplacements



Repas et hébergement

 Hébergement - Hôtel 4 étoiles








Jour 3 : Visite de Tsetang





Ce matin, nous prenons la route pour le monastère de Samyé, tout premier temple bouddhiste fondé au Tibet. Dans une atmosphère unique et sereine, le monastère surprend par sa forme particulière de mandala. Au sein du monastère, nous découvrons plusieurs édifices aux styles chinois, tibétains et indiens.

L'après midi, nous partons au monastère de Traduk situé dans le village de Changzhu près de Tsetang. Ce petit monastère a été reconstruit en 1982 mais a conservé tout son charme de l'ancien. Sur place, nous pourrions admirer le tangkha indien orné de milliers de perles.

Emplacements

-  Tsedang
-  50km - ⌚ 1h 30m
-  Monastère de Samye
-  55km - ⌚ 1h 30m
-  Changzhuzhen
-  5km - ⌚ 15m
-  Tsedang

Repas et hébergement

-  Petit déjeuner - Hôtel 4 étoiles
-  Hébergement - Hôtel 4 étoiles

Jour 4 : La vieille cité de Gyantsé






Après le petit déjeuner, nous partons pour Gyantsé. Sur la route nous passons par le magnifique lac Yamdrok, l'un des trois plus grands lacs sacrés du Tibet. Entouré de montagnes enneigées qui se reflètent dans ses eaux bleues turquoise, le lac d'altitude s'étend sur 638 km².

Nous nous arrêtons ensuite au grand monastère de Mindroling, l'un des six grands monastères de l'école Nyingmapa du bouddhisme tibétain. La visite nous fera découvrir ses différentes salles dans lesquelles sont exposées des statues, des reliques et textes sacrés.



Nous reprenons la route à travers un paysage fabuleux. Nous pouvons observer un magnifique glacier.

Nous arrivons à Gyantsé en fin d'après midi. Nous profitons des dernières lumières du jour pour monter au **fort de Gyantsé** et apprécier la superbe vue sur la vallée et la ville. Le Dzong de Gyantsé renferme de nombreux secrets d'histoire concernant le conflit tibétain – britannique et l'invasion britannique en 1904.

Emplacements

-  Tsedang
-  0km - ⌚ 5h
-  Gyantse

Repas et hébergement

-  Petit déjeuner - Hôtel 4 étoiles
-  Hébergement - Hôtel 3 étoiles




Jour 5 : Le Monastère de Pelkor





Ce matin, nous partons visiter le monastère de Pelkor, et la vieille ville de Gyantsé. Le Monastère de Pelkor est connu à travers le pays pour son implication dans l'histoire du bouddhisme tibétain mais aussi pour son imposant **Kumbum**.

Nous reprenons la route pour Shigatsé. Sur le chemin nous faisons un stop pour découvrir une **fabrique de Tsampa**. Nous nous arrêtons également pour une petite visite du joli **village de Shalu** et de son monastère, datant du XI^e siècle. Ce temple bénéficia d'œuvres de restauration au XV^e siècle avec l'appui de l'empire mongol. Il se différencie des sanctuaires tibétains de son toit d'influence chinoise aux tuiles jaunes et vertes.

Emplacements

-  Gyantse
-  95km - ⌚ 2h
-  Shigatse

Repas et hébergement

-  Petit déjeuner - Hôtel 3 étoiles
-  Hébergement - Hôtel 3 étoiles

Jour 6 : A la découverte de Shigatse



Aujourd'hui nous partons découvrir le marché de Shigatsé où les étales de fruits et légumes côtoient les petits stands de souvenirs. Nous poursuivons au monastère de Tashilunpo, résidence traditionnelle du deuxième chef spirituel tibétain, le Panchen Lama. Nous y découvrons la plus grande statue de bronze du monde, construite en 1904 pour le Bouddha du futur Maitreya.

Après le déjeuner, nous partons pour un petit pèlerinage d'une heure autour du monastère avant de nous arrêter au marché local

En fin de journée, nous visitons le Palais d'été des panchen lamas, ancienne résidence du deuxième chef spirituel du Tibet, le Panchen Lama. Récemment rénové, le palais offre un mélange de tradition et de modernité le tout dans une ambiance de relaxante bienvenue.

Puis, en soirée, nous poursuivons avec la visite du musée de Wordo qui abrite une collection privée d'un ancien moine de Tashilunpo.

Emplacements

 Shigatse

Repas et hébergement

 Petit déjeuner - Hôtel 3 étoiles

 Hébergement - Hôtel 3 étoiles

Jour 7 : Rongphu, le plus haut monastère du monde



Aujourd'hui nous prenons la route pour le monastère Rongbuk. La route emprunté est considérée comme l'une des hautes du monde (avec une moyenne de 5000 mètres d'altitude et des passages à plus de 5200 mètres).

A notre arrivée à Rongbuk, nous nous installons dans notre guesthouse (confort très simple, pas de sanitaires) avant de visiter le monastère de Rongphu, le plus haut monastère du monde situé au pied de l'Everest. Sa construction modeste se fond à la perfection avec les montagnes en toile de fond. Les moines sur place s'efforcent de conserver toute l'authenticité des lieux et seront ravis de nous faire découvrir la grotte du Guru Rimpoche si leur disponibilité leur permet.

Emplacements

📍 Shigatse

🚗 335km - ⌚ 6h

📍 Rongbuk

Repas et hébergement

☺ Petit déjeuner - Hôtel 3 étoiles

🏠 Hébergement - Guest house

Jour 8 : L'école bouddhique de Sakya








Ce matin, nous nous réveillons tôt pour admirer le levé de soleil sur l'Everest.



Puis, direction Sakya pour son école et son monastère. Fondée en 1073, le monastère abrite l'une des quatre principales grandes écoles vivantes du bouddhisme tibétain. L'architecture médiévale mongole du monastère diffère de celle des temples de Lhassa.

Nous rentrons ensuite à Shigatse.

Emplacements

-  Shigatse
-  235km - ⌚ 4h 40m
-  Sakya (3800m)
-  150km - ⌚ 2h 50m
-  Shigatse

Repas et hébergement

-  Petit déjeuner - Guest house
-  Hébergement - Hôtel 3 étoiles

Jour 9 : En route pour la capitale du Tibet



Aujourd'hui, nous regagnons Lhasa. Nous longeons l'immense fleuve Brahmapoutre long de 2900 km qui traverse le Tibet, l'Inde et le Bangladesh. En chemin, nous nous arrêtons dans une fabrique d'encens artisanal.


L'après-midi, nous visitons l'Université monastique de Sera, toujours en activité. Nous y rencontrons moines et pèlerins.

Emplacements


 Shigatse




 270km - ⌚ 4h

 Lhasa

Repas et hébergement

 Petit déjeuner - Hôtel 3 étoiles

 Hébergement - Hôtel 3 étoiles

Jour 10 : Le Monastère de Potala




Cette journée nous conduit à la découverte de Lhasa. Ce matin nous visitons le célèbre palais du Potala et entamons une marche (kora) autour du palais en compagnie des pèlerins tibétains. Le Potala trône au centre de Lhasa sur la colline de Marpori. Véritable joyaux du bouddhisme tibétain, c'est à la fois la forteresse religieuse et administrative du Tibet.

Nous continuons nos visites par le Norbulingka, autrement dit le palais d'été des Dalai-Lama. Inscrit sur la liste du Patrimoine mondiale de l'Unesco, ce palais renferme une grande richesse culturelle et de magnifiques jardins.

Après le déjeuner, nous partons pour le monastère de Jokhang, considéré comme l'un des temples les plus sacrés des tibétains. Lieu important de pèlerinage, nous entamons une marche autour du monastère sur le chemin du Barkhor.

Emplacements

 Lhasa

Repas et hébergement

 Petit déjeuner - Hôtel 3 étoiles

 Hébergement - Hôtel 3 étoiles






Jour 11 : Excursion autour de Lhasa





Nous partons Ganden découvrir son monastère situé dans les vallées verdoyantes de la région de Lhasa. Le monastère de Ganden est l'un des trois plus importants monastères de Lhasa et beaucoup le considère comme le plus beau.

L'après-midi, nous visitons l'ensemble des **grottes Drak Yerpa**, creusée à même la montagne et aménagées en petite loges. Le monastère de Drak Yerpa est situé à une altitude de 4885 mètres, il est devenu l'un des quatre principaux domaines de méditation au Tibet.

Emplacements

-  Lhasa
-  55km - ⌚ 1h 30m
-  Monastère de Ganden
-  55km - ⌚ 1h 30m
-  Lhasa

Repas et hébergement

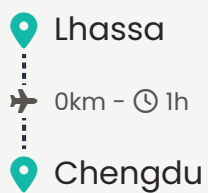
-  Petit déjeuner - Hôtel 3 étoiles
-  Hébergement - Hôtel 3 étoiles

Jour 12 : Vol retour sur Chengdu



Nous disposons de la matinée, avant d'être transférés à l'aéroport de Lhasa pour notre vol en direction de Chengdu (16h30).

Emplacements



Repas et hébergement

☕ Petit déjeuner - Hôtel 3 étoiles


Jour 13 : Arrivée à Paris


300 x 200

Escale à Chengdu puis vol retour à 1h40.

Le matin, nous arrivons à 07h20, à Paris.

Emplacements

 Chengdu

 0km - ⌚ 0h



